



CLASSROOM/ONLINE

TRAINING

VERGROOT JE IMPACT MET EMOTIONELE INTELLIGENTIE

ZELFKENNIS ALS SLEUTEL NAAR MEER IMPACT





VERGROOT JE IMPACT MET EMOTIONELE INTELLIGENTIE

Zelfkennis als sleutel naar meer impact



Om impact te hebben, gebruik je zowel ratio als emotie. Ons brein kan die immers niet loskoppelen van elkaar. Wil je een verschil maken, dan zal rationeel handelen dus niet volstaan. Integendeel, je moet ervoor in verbinding staan met je emoties en gedrag en beide afstemmen op de context waarin je je bevindt. Hoe beter je dat doet, hoe sneller je connecteert met mensen en hoe groter jouw impact wordt. Ook al zijn we verantwoordelijk voor onze emoties, we zijn ons niet altijd bewust van hoe ze ons gedrag beïnvloeden. Wanneer gebruiken we een bepaalde emotie? En waar? En doen we dat bewust of op automatische piloot? Deze vragen zijn essentieel wanneer we het hebben over emotionele intelligentie (EQ).

“Zelfkennis, zelfregulering en empathie zijn de sleutel naar meer emotionele intelligentie, een betere connectie en meer impact.”

In de interactieve training Vergroot je impact met emotionele intelligentie werken we met jouw unieke cases. Zo neem je niet alleen nieuwe, wetenschappelijke kennis mee naar je werkvloer. Je kan de geleerde vaardigheden ook meteen toepassen.

Na deze training heeft emotionele intelligentie geen geheimen meer voor jou. Je weet wat het is, wat het doet met je brein en met de interactie die je hebt met anderen.

In vijf eenvoudige stappen leer hoe je inzicht krijgt in je eigen emoties, ze kan reguleren én hoe je jezelf kan afstemmen op emoties van anderen. Je leert technieken waarmee jij je impact kan vergroten door emotioneel intelligent te communiceren. Je werkt aan een persoonlijk actieplan en krijgt van ons een nuttige visual en/of e-book waarmee je ook na de training aan de slag kan. ook effectief toe te passen in jouw team. Met je persoonlijk actieplan en de nuttige visual en/of e-book die je van ons krijgt kan je ook na de training blijven werken aan een veilig teamklimaat

LEERDOELSTELLINGEN

Na deze opleiding:

- Weet je waarom E.Q. zo cruciaal is op de werkvloer
- Weet je hoe jouw brein invloed heeft op E.Q.
- Weet je hoe je deze kennis (intern model) kan inzetten in interacties met anderen
- Kan je jouw emoties reguleren
- Kan je de emoties van anderen (h)erkennen en jezelf daarop afstemmen



Tijdens deze opleiding staan we aan de hand van 5 vragen stil bij het effect van jouw emotionele intelligentie op jouw professionele leven.

1. Emotionele intelligentie op het werk

Alles begint bij een goed begrip van emotionele intelligentie. Wat is het? En waarom is het zo belangrijk op jouw werkvloer?

2. Mijn brein als voorspeller: bewust zijn van jezelf (de interne leefwereld)

Een hoog EQ begint bij zelfkennis. Leer dus je interne leefwereld kennen: de voortdurende voorspellingen en verwachtingen die jouw brein maakt over de wereld rondom jou.

3. De kunst van zelfregulatie

Je wil meer impact hebben op anderen? Dan moet je grip krijgen op je eigen emoties. Wij zetten je op weg om neutraal te reageren.

4..De kracht van empathie

Zelfregulatie helemaal onder de knie? Dan kan nu de emoties van anderen (h)erkennen en jezelf daarop afstemmen.

5. Let's do this

Impact vergt oefening. We brengen emotioneel intelligent communiceren in de praktijk. In groep en met een simulatieacteur.

FORMATS

Ganse dag

Tweedaagse met halve of ganse dag

acteur op dag 2

Varianten (met impact op programma):

- Ganse dag met acteur PM
- Halve dag

PRAKTISCH

- Max. 12 deelnemers
- Duurtijd: per halve dag (3,5u)
- Taal: NL, FR, ENG
- Tools online: Zoom, Teams, Webex

METHODIEK

- Concrete cases uit de groep
- Groepsoefeningen
- Persoonlijk actieplan (vertaling van theorie naar werkplek)
- Visual, steekkaarten en/of e-book voor elke deelnemer
- Wetenschappelijke vertaalslag
- Simulaties met acteur

DOELGROEP

- Medewerkers
- Leidinggevenden

IMPACT VERHOGEN?

Deze training kan perfect ingezet worden als een plug and play training, maar kan even goed deel uitmaken van een Learning Journey. Hieronder enkele voorbeelden die je kan inzetten om het effect van de training te verhogen:

- Voor- en natraject via digitale leerprikkel
- Visuals en/of (e-)booklets op maat
- Individuele coachings nadien

CONTACT US

THE TIPPING POINT

WWW.THETIPPINGPOINT.BE

INFO@THETIPPINGPOINT.BE

THE TIPPING POINT
Building the skills for today and tomorrow

